

బుకేపల్లి బుచ్చిబాబు వర్మ:

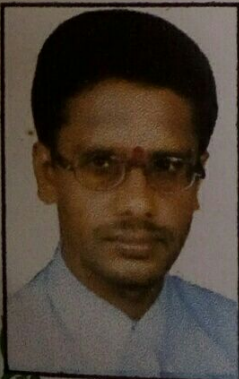
శ్రీరస్తు

శుభమస్తు

అవిఘ్నమస్తు

త్రైచ సహిత

సూర్యనమస్కారములు



**శ్రీ చారదా జ్యోతిషాలయం**

వాస్తు, జ్యోతిష శాస్త్ర పండితులు, శ్రీరాజరాజేశ్వరీ ఉపాసకులు

**బ్రహ్మశ్రీ పెంట శ్రీనివాసశర్మ** M.A.(Astrology), M.M., PGDCA,

బిలగ, బావాజీ మఠం రోడ్డు, రావిచెట్టు దగ్గర

మెయిన్ రోడ్డులో S.B.H బ్యాంకు ఎదురుగా, శ్రీకాకుళం

Email : srees280875@gmail.com Cell : 9441 852 852



# అష్టకర్రుధసిధి

ఓం శ్రీ గురుభ్యోనమః

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః॥

శ్రీ రాజరాజేశ్వరీ లలితా మహా త్రిపురసుందరీ దేవ్యై నమః

శుక్లాం బరధరం విష్ణుం శశివర్ణం చతుర్భుజమ్  
ప్రసన్న వదనం ధ్యాయేత్సర్వ విఘ్నోప శాంతయే ॥

వందే గజేంద్ర వదనం వామాంకా రూఢ వల్లభా శిష్టమ్  
కుంకుమ పరాగ శోణం కువలయనీ జార కోరకా పీడమ్॥

## సంకల్పం :

ఓం కేశవాయస్వాహా, ఓం నారాయణస్వాహా, ఓం మాధవాయస్వాహా,  
గోవిందాయనమః ! విష్ణవేనమః! మధుసూదనాయనమః ! తివిక్రమాయనమః !  
వామనాయనమః ! శ్రీధరాయనమః! హృషీకేశాయనమః ! పద్మనాభాయనమః!  
దామోదరాయనమః! సంకర్షణాయ నమః! వాసుదేవాయనమః! ప్రద్యుమ్నాయనమః!  
అనిరుద్ధాయనమః! పురుషోత్తమాయనమః! అధోక్షజాయనమః! నారసింహాయనమః!  
అచ్యుతాయనమః! జనార్థనాయనమః! ఉపేంద్రాయనమః! హరయేనమః!  
శ్రీకృష్ణాయనమః!

ఉత్తిష్ఠంతు భూతపిశాచాః ఏతే భూమి భారకాః

ఏతేషా మవిరోధేన బ్రహ్మకర్మ సమారభే ॥

ప్రాణాయామం : (ప్రాణాయాయము చేయుచూ)

ఓం భూః ఓం భువః ఓం సువః ఓం మహాః ఓం జనః ఓం తపః ఓగ్ం సత్యం  
ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్ ! ఓమాపో  
జ్యోతీ రసో2 మృతం బ్రహ్మ భూర్బువస్సువరోమ్ !

మమ ఉపాత్త దురిత క్షయ ద్వారా శ్రీ పరమేశ్వరీ ప్రీత్యర్థం శుభే శోభనే  
ముహూర్తే శ్రీ మహా విష్ణు రాజ్ఞయా ప్రవర్తమానస్య, అద్యబ్రహ్మణః, ద్వితీయ పరార్థే,  
శ్వేతవరాహకల్పే, వైవస్వత మన్వంతరే కలియుగే, ప్రథమపాదే, జంబూద్వీపే, భరతవర్షే,  
భరతఖండే ఆస్మిన్ వర్తమాన వ్యవహారిక చాంద్రమానేన ..... సంవత్సరే ..... ఆయనే  
..... ఋతౌ..... మాసే ..... పక్షే ..... తిథౌ..... వాసరే ..... శుభ నక్షత్రే



శుభయోగే శుభకరణే ఏవం గుణ విశేషణ విశిష్టాయాం, శుభతిథౌ శ్రీమతః.....  
 గోత్రస్య .....నామధేయస్య, క్షేమ, స్థైర్య, విజయ, అభయ, ఆయుః, ఆరోగ్య  
 ఐశ్వర్యాభివృద్ధ్యర్థం, భక్తి, జ్ఞాన, వైరాగ్య సిద్ధి ద్వారా బ్రహ్మ జ్ఞాన సిద్ధ్యర్థం,

మమ శరీరే వర్తమాన, వర్తిష్యమాన వాత, పిత్త, శ్లేష్మ, కపోద్భవాది నానా  
 కారణ నిమిత్త జ్వర, క్షయ, పాండు, కుష్టు, శూల, అతిసార, ఛాతు, క్షయ, ప్రణ,  
 మేహ భగంధరాది సమస్తామయ నిదాన హేతు భూత బ్రహ్మహత్యాది సర్వపాప నివృత్తి  
 ద్వారా క్షిప్రమేవ శరీరారోగ్య స్థిత్యర్థం, దీర్ఘాయుః ప్రాప్త్యర్థం, ఆదిత్య పురాణోక్త తృతీయ  
 కల్ప ప్రకారేణ, హరి హర బ్రహ్మాత్మకస్య, మిత్రాది ద్వాదశ నామాత్మకస్య, అరుణాది  
 ద్వాదశ మాసాధిపస్య, ద్వాదశావరణ సహితస్య, త్రయీ మూర్తేః భగవతః శ్రీ ఉషా  
 పద్మినీ ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ సూర్యనారాయణ స్వామి దేవతా ముద్దిస్య, శ్రీ  
 సవితృ సూర్యనారాయణ స్వామి దేవతా ప్రీత్యర్థం, ఆదిత్య పురాణోక్త తృతీయ కల్ప  
 ప్రకారేణ, పాదార్ధర్చ ఋక్ తృచేన ఏకావృత్యా షోడశోపచార పూజనేన, ప్రసన్నార్ఘ్య  
 ప్రధాన, మూల మంత్ర జప, ప్రదక్షిణ నమస్కార చతుర్వింశత్ అర్ఘ్య ప్రదానానిచ  
 కరిష్యే ॥ తదంగత్వేన కలశారాధనం కరిష్యే ॥

### కలశారాధన :

కలశేన “ బిందు, త్రికోణం ” విలిఖ్య । త్రికోణ మధ్యే “ప్రీం” కారం,  
 కోణేషు “ప్రణవం” లిఖేత్ । దండేషు వ్యాహృతీశ్చైవ ఉల్లాఖే దదుకోపరి “మూలేన”  
 కలశోదకేన గంధ, పుష్పాక్షతై రభ్యశ్చ।

కలశస్య ముఖే విష్ణుః కంఠే రుద్ర సమాశ్రితాః  
 మూలే తత్రస్థితో బ్రహ్మ మధ్యే మాతృగణాః స్మృతాః ॥  
 కుక్షౌతు సాగరా స్సర్వే సప్త ద్వీపా వసుంధరా ।  
 ఋగ్వేదో2ధ యజుర్వేదః సామవేదో హృద్యర్వహణః ॥  
 ఆకలశే షుదావతి పవిత్రే పరిషిచ్యతే।  
 ఉక్తైర్ యజ్ఞేషు వర్ధతే।

అకాశాత్ “అంకుశ ” ముద్రయా సూర్య మండలాత్ తీర్థానావాహ్య  
 యస్యతోమ్ని స్థితా మేధా అంగే తిష్ఠంతి నిమగ్నాః।  
 సాగరాః కుక్షి దేశస్థాః శోన్మిన్ పాతు జలే హరిః॥

అంగైశ్చ సహితాస్సర్వే కలశాంబు సమాశ్రితాః॥ అపోవా ఇదగ్గ్ం సర్వం విశ్వా  
 భూతాన్యాపః ప్రాణావా ఆపః పశవ అపో2న్న మాపో మృత మాపః సమ్రాడాపో,  
 విరాడాప, స్వరాడాప, శృందాగ్ప్యాపో, జ్యోతిగ్ప్యాపో, యజుగ్ప్యాప, సృత్యమాప,  
 వ్యాదేవతా అపో భూర్భువస్సువరాప ఓమ్ ।



గంగేచయమునే “చైవ” - గోదావరి సరస్వతీ  
నర్మదాసింధు కావేరీ - జలేస్మిన్ సన్నిధంకురు

కలశోపరి “చక్ర” ముద్రయా స్థిరీ కృత్య “శంఖ, ధేను, తార్క్ష్య” ముద్రయా  
అమృతీకృత్యా । ద్వాదశ వార “ఆదిత్య మూలేన” “భాస్కర గాయత్రి” యేన  
అభిమంత్ర్య । కలశోదకేన ఆత్మానంచ పూజా ద్రవ్యాణిచ సంప్రోక్ష్య తామ్ర పాత్ర  
మాదాయ ఉదకం గృహీత్వా

తత్ జలేన “సౌర యంత్రం” విలిఖ్య । తద్యదా

బిందు త్రికోణ వృతంచ షట్కోణం వృత్త యుగ్మకం వసుకోణం తథా వృత్తం ।  
ద్వాదశారం తదైవచ భూపురత్రయ సంయుక్తం సూర్య యంత్రం విధీయతే॥

బిందు మధ్యే లిఖీన్మాయాం త్రికోణే ప్రణవం లిఖేత్ ।  
దండేషు త్రివ్యా హృతయః షట్కోణే బీజ షట్కం ।  
దశ ద్వాదశకే చైవ ద్వాదశాదిత్యాని వాయచ ।  
భూపురే దిక్పతే న్నస్య ప్రాణ స్థాపన మాచరేత్ ॥



### త్రిచ కల్పోక్త న్యాసః

అస్యశ్రీ త్రిచ మహా మంత్రస్య । కణ్వపుత్రః ప్రస్కణ్య ఋషయః । అనుష్టుప్  
ఛందః । మిత్ర రవి సూర్య భాను ఖగ పూష హిరణ్య గర్భ మరీచ్యాదిత్య సవిత్రా 2ర్క  
భాస్కరా దేవతాః । ఉదాత్త స్వరః, జ్ఞాననేత్రం సూర్యస్తత్వం, హ్రోం బీజం, హ్రీం శక్తిః,  
క్రోం కీలకం, మమ శ్రీ ఉషా పద్మినీ ఛాయా సమేత శ్రీసూర్యనారాయణస్వామి దేవతా  
ప్రసాద స్థిత్యర్థే త్రిచన్యాస జపే వినియోగః॥

### కరన్యాసం:

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రోం ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహా: హ్రోం ఓం  
“ మిత్రాయ నమ:” అంగుష్ఠాభ్యాం నమ:

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రీం ఆరోహన్ముత్తరాం దివం హ్రీం ఓం  
“ రవయే నమ:” తర్జనీభ్యాం నమ:

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రూం హృద్రోగం మమ సూర్య హ్రూం ఓం”  
“ సూర్యాయ నమ:” మధ్యమాభ్యాం నమ:

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రైం హరిమానంచ నాశయ హ్రైం ఓం”  
“ భానవే నమ:” అనామికాభ్యాం నమ:



ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం ప్రశాం శుకేషుమే హరిమాణం ప్రశాం ఓం”  
“ ఖగాయ నమ:” **కనిష్ఠకాభ్యానమ:**

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం ప్రా: రోపణాకాసు దద్ధసి ప్రా: ఓం”  
“ పూష్టే నమ:” **కరతలకర పృష్ఠాభ్యానమ:**

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం ప్రోం అదో హరిద్ర వేషుమే ప్రోం ఓం”  
“ హిరణ్య గర్భాయ నమ:” **హృదయాయనమ:**

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం ప్రీం హరిమాణంచ నిదద్ధసి ప్రీం ఓం”  
“ మరీచియే నమ:” **శిరసే స్వాహా**

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రూం ఉదగాదయ మాదిత్యో హ్రూం ఓం”  
“ ఆదిత్యాయ నమ:” **శిఖాయైవషట్**

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రైం విశ్వేన సహసా సహ హ్రైం ఓం”  
“ సవిత్రే నమ:” **కవచాయహుం**

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రౌం ద్విషంతం మహ్యం రంధయన్ హ్రౌం ఓం”  
“ అర్కాయ నమ:” **నేత్రత్రయాయవౌషట్**

ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రా: మోహం ద్విషతే రథం హ్రా: ఓం”  
“ భాస్కరాయ నమ:” **అస్త్రాయఫట్**

ఓం భూర్భువస్సు వరోమితి దిగ్బంధ:

## **ధ్యానం:**

ఉదయగిరి ముపేతం భాస్కరం పద్మ హస్తం, సకల భువన నేత్రం నూత్న రత్నో పథేయం,  
తిమిరకరి మృగేంద్రం బోధకం పద్మనీనాం, సురవర మభి వంద్యం సుందరం విశ్వరూపం॥  
శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ సూర్యనారాయణ స్వామినే నమ: ధ్యాయామి ధ్యానం సమర్పయామి

**లమిత్యాది పంచ పూజాం కుర్యాత్,**

## **కర శుద్ధి న్యాసం:**

<sup>1</sup> ప్రకోష్ఠే <sup>2</sup> మణి బందాచ <sup>3</sup> కూర్పలేచ <sup>4</sup> కరస్తలే,  
<sup>5</sup> తత్ పృష్ఠే <sup>6</sup> తదగ్రేచ కరశుద్ధి రుదా హృతం॥



1) ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రోం హ్రీం ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహ: ఆరోహన్నుత్తరాం  
దివం హ్రోం హ్రీం ఓం మిత్రరవిభ్యాం నమ: “ ప్రకోష్ఠాభ్యాం నమ:”

2) ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రూం హ్రైం హృద్రోగం మమసూర్య హ్రూం హ్రైం ఓం  
భానుభ్యాం నమ: “మణిబంధాభ్యాం నమ:”

3) ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రౌం హ్రా: శుకేషుమే హరిమాణం రోపణాకా సుదద్యసి  
హ్రౌం హ్రా: ఖగ పూషాభ్యాం నమ: “ కూర్పలాభ్యాం నమ:”

4) ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రోం హ్రీం అదో హరిద్ర వేషుమే హరిమాణం నిదద్యసి  
హ్రోం హ్రీం ఓం హిరణ్య గర్భ మరీచీభ్యాం నమ: “ కరస్తలాభ్యాం నమ:”

5) ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రూం హ్రైం ఉదగాదయ మాదిత్యో విశ్వేన సహసాసహ  
హ్రూం హ్రైం ఓం ఆదిత్య సవిత్యభ్యాం నమ: “ కరతలకర పృష్ఠాభ్యాం నమ:”

6) ఓం భూర్భువస్సువ: “ ఓం హ్రౌం హ్రా: ద్విషంతం మహ్యం రంధయన్ మో2హం  
ద్విషతే రథం హ్రౌం హ్రా: ఓం అర్క భాస్కరాభ్యాం నమ: “అస్తాయఫట్”  
ఓం భూర్భువస్సు వరోమితి దిగ్బంధ:

### ధ్యానం:

రక్తాంబరం రక్తవర్ణం రక్త నేత్రాబ్జ యుగ్మకం

ఛాయా శక్తి సమాయుక్తం ఘృణి సూర్య మహం భజే

ధ్యాయే స్సదా సవిత్య మండల మధ్యవర్తీ - నారాయణ సరసిజాసన సన్నివిష్ట:

కేయూరవాన్ మకర కుండలవాన్ కిరీటీ - హరీ హిరణ్యయ వపుర్ధృత శంఖ చక్ర:

నమ: సవిత్రే జగదేక చక్షుసే జగత్ ప్రసూతి స్థితి నాశ హేతవే

త్రయీ మయాయ త్రిగుణాత్మ ధారిణే విరించ నారాయణ శంకరాత్మనే

ఓం హ్రోం ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహ: హ్రోం ఓం “మిత్రాయ నమ:”

శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీసవిత్య సూర్యనారాయణ స్వామినే నమ: ధ్యాయామి ధ్యానం సమర్పయామి



## అఘోర పాణ ప్రతిష్ఠా

అస్యశ్రీ సూర్యనారాయణ స్వామి ప్రాణ ప్రతిష్ఠా మహా మంత్రస్య । బ్రహ్మ  
విష్ణు మహేశ్వరా ఋషయః । ఋగ్యజుః సామాదర్వాణి వేదాశ్చందాసి । ప్రాణశక్తిః  
పరాదేవతా । ఆం బీజం, హ్రీం శక్తిః, క్రోం కీలకం మమ శ్రీ సూర్యనారాయణ  
స్వామి దేవతా ప్రాణ ప్రతిష్ఠాపనే వినియోగః ॥

ఓం ఆం హ్రీం క్రోం క్షం హంసః ఆం కం ఖం గం ఘం జం పృథివ్యాప స్తేజో  
వాయు రాకాశాత్మనే **ఆం అంగుష్ఠాభ్యాం నమః హృదయాయనమః**

ఓం ఆం హ్రీం క్రోం క్షం హంసః ఇం చం ఛం జం ఝం ఇం శబ్ద స్పర్శ రూప  
రస గంధాత్మనే **ఈం తర్జనీభ్యాం నమః శిరసే స్వాహా**

ఓం ఆం హ్రీం క్రోం క్షం హంసః ఉం టం ఠం డం ఢం ణం ప్రాణా పాన వ్యాన  
సమానోదాత్మనే **ఊం మధ్యమాభ్యాం నమః శిఖాయైవషట్**

ఓం ఆం హ్రీం క్రోం క్షం హంసః ఏం తం థం దం ధం నం వాఙ్మన శ్చక్షు శ్రోత్ర  
జిహ్వ ప్రాణాత్మనే **ఐం అనామికాభ్యాం నమః కవచాయహం**

ఓం ఆం హ్రీం క్రోం క్షం హంసః ఓం పం ఫం బం భం మం త్వక్ చర్మమాగ్ం సరుధిర  
మేదో మజ్జా స్నాయ్యాత్మనే **ఔం కనిష్ఠకాభ్యాం నమః నేత్రత్రయాయవౌషట్**

ఓం ఆం హ్రీం క్రోం క్షం హంసః అం యం రం లం వం శం షం సం హం శం  
క్షం శిరః ప్రాణి పాద పార్శ్వ పృష్ఠో రూదర జంఘ శిశ్నోపస్థ స్నాయ్యాత్మనే

**అః కరతలకర పృష్ఠాభ్యాం నమః అస్త్రాయఫట్**

ఓం భూర్భు వస్సువరో మితి దిగ్బంధః

### ధ్యానం:

రక్తాబ్ధి పోతాంబుజ మధ్య సంస్థాం పాశాంకుశాం శక్తి ధనుశ్చ బాణాన్  
శూలం కపాలం దధితిం కరాబ్జై రక్తాం త్రిచేత్రాం ప్రణమామి శక్తిమ్ ॥

ఆం హ్రీం క్రోం యం రం లం వం శం షం సం హం శం క్షం ఉషాపద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవిత్య సూర్యనారాయణ స్వామి

"

ప్రాణాః ఇహ ప్రాణాః

"

జీవ ఇహ స్థితః

"

త్వక్ వాఙ్మనః చక్షు శ్రోత్ర జిహ్వ ప్రాణ వాక్పాణి పాద పాయూపస్థాని  
సర్వేంద్రియాణి సర్వ తత్త్వాని ఇహై వాగత్య సుఖం చిరం తిష్ఠంతు స్వాహా ॥



ఓం అసునీతే పున రస్మాసు చక్షుః పునః ప్రాణ మిహనో ధేహి భోగమ్ ।

జ్యోక్ష్మ శ్చేమ సూర్య ముచ్చ రంత మను మతే మృడయానః స్వస్తిః

అమృతం వై ప్రాణ అమృత మాపః । ప్రాణానేవ యథాస్థాన ముపహ్వయే॥

“ ఓం ఆం హ్రీం క్రోం ” ( ఇతి త్రిః )

“ ఓం ఆం సోఽహం ” ( ఇతి త్రిః )

ఓం యః ప్రాణతో నిమిషతో మహితైర్వక ఇద్రాజా జగతో బభూవ ।

య ఈశే అస్య ద్విపదః చతుష్పదః కస్మై దేవాయ హవిషా విధేమ ॥

“ ఓం ఆం సోఽహం ” ( ఇతి త్రిః )

**స్థిరోభవ! వరదోభవ! సుముఖోభవ! సుప్రసన్నోభవ! స్థిరాసనం కురు**

శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ సూర్యనారాయణ స్వామి

ప్రాణ ప్రతిష్ఠాపన ముహూర్తః సుముహూర్తో అస్తు ॥

ఓం ధృవంతే రాజా వరుణో ధృవం దేవో బృహస్పతిః ।

ధృవంత్ ఇంద్రశ్చాగ్నిశ్చ రాష్ట్రం ధారయతాం ధృవం॥

శ్లో ॥ స కుంకుమాఢ్యం సకుశ సపుష్ప సరక్త చూర్ణం సహిరణ్య తోయం ।

ఆదాయతే నాథ సహేమ పాత్రం సమస్త మర్ఘ్యం భగవత్ ప్రసీద ॥

“ ఆదిత్య మూలం ” ఆవాహితా భవ

” సంస్థాపితా భవ

” సన్నిధాపితా భ

సం నిరుద్ధా భవ

” సం ముఖీ భవ

” అవకుంతితా భవ

అష్టకరంద్రసిద్ధి

**తతః ఉద్యన్నద్యేతి షోడశోపచార పూజాం కరిష్యే ॥**



## షోడశోపచార పూజా:

❖ ( ప్రతి మంత్రమునకు చివర “ శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ సూర్యనారాయణ స్వామినే నమః ..... సమర్పయామి. ” ఉపచారం చేర్చి చెప్పవలెను)

### 1) ఆవాహనం :

ఓం హ్రం ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహా: హ్రం ఓం “మిత్రాయ నమః”

### 2) ఆసనం :

ఓం హ్రీం ఆరోహన్ముత్తరాం దివం హ్రీం ఓం “రవయే నమః”

### 3) పాద్యం :

ఓం హ్రూం హృద్రోగం మమసూర్య హ్రూం ఓం “సూర్యాయ నమః”

### 4) అర్ఘ్యం :

ఓం హ్రైం హరిమాణంచ నాశయ హ్రైం ఓం “ భానవే నమః”

### 5) ఆచమనీయం :

ఓం హ్రౌం శుకేషుమే హరిమాణం హ్రౌం ఓం “ ఖగాయ నమః”

### 6) శుద్ధోదక స్నానం :

ఓం హ్రా: రోపణాకాసు దదృశి హ్రా: ఓం “ పూష్టే నమః”

### 7) వస్త్రధ్వయం :

ఓం హ్రం అదో హరిద్ర వేషుమే హ్రం ఓం “ హిరణ్య గర్భాయ నమః”

### 8) యజ్ఞోపవీతం :

ఓం హ్రీం హరిమాణం నిదదృశి హ్రీం ఓం “ మరీచియే నమః”

### 9) చందనం :

ఓం హ్రూం ఉదగాదయ మాదిత్యో హ్రూం ఓం “ఆదిత్యాయ నమః”

### 10) పుష్పం :

ఓం హ్రైం విశ్వేన సహసా సహ హ్రైం ఓం “ సవిత్రే నమః”

### ( అథాంగ పూజా )

ఓం మార్తాండాయ నమః పాదౌ పూజయామి

” భానవే నమః గుల్ఫౌ ”

” ఆదిత్యాయ నమః జానునీ ”

” హంసాయ నమః ఊరూం ”

” దివాకరాయ నమః నాభిం ”

తపనాయ నమః హృదయం ”

ఓం భాస్కరాయ నమః కంఠం పూజయామి

” హిమఘ్నాయ నమః ముఖం ”

” జగః ఛక్షుషే నమః నేత్రం ”

” అర్కాయ నమః లలాటం ”

” సర్వాత్మనే నమః శిరః ”

” జగన్నాథాయ నమః సర్వాంగనీ ”



( అష్టోత్తర శత నామ పూజా )

ప్రతి నామము నకు మొదట " ఓం " అనియు, చివర " నమః " అని చేర్చి చెప్పవలెను.

అరుణాయ  
శరణ్యాయ  
కరుణారస సింధవే  
అసమాన బలాయ  
ఆర్త రక్షకాయ  
ఆదిత్యాయ  
ఆది భూతాయ  
అఖిలాగమ వేదినే  
అచ్యుతాయ  
అఖిలజ్ఞాయ  
అనంతాయ  
ఇనాయ  
విశ్వరూపాయ  
ఐజ్యాయ  
ఇంద్రాయ  
భానవే  
ఇందిరా మందిరస్థాయ  
నందనీయాయ  
ఈశాయ  
సుప్రసన్నాయ  
సుశీలాయ  
సువర్చసే  
వసు ప్రదాయ  
వసవే  
వాసుదేవాయ  
ఉజ్జ్వలాయ  
ఉగ్ర రూపాయ  
ఉర్ధ్వగాయ  
నివస్వతే

10

20

30

హృషీకేశాయ  
ఊర్జ స్వలాయ  
వీర్యాయ  
నిర్జరాయ  
జయాయ  
ఊరుద్వయ భావరసాయ  
యుక్త సారధాయ  
ఋషి వంద్యాయ  
ఋగ్వంశే  
ఋక్ష చక్రవరాయ  
ఋజు స్వభావ చిత్తాయ  
నిత్య స్తుత్యాయ  
ఋకారాయ  
మాతృవర్ణ రూపాయ  
ఉజ్వల తేజసే  
ఋక్షాది నాథ మిత్రాయ  
పుష్కరాక్షాయ  
శృప్తదంతాయ  
శాంతాయ  
కాంతిదాయ  
ఘనాయ  
కనత్కనక భూషాయ  
ఖద్యోతాయ  
లూనితాఖిల దైత్యాయ  
నిత్యానంద స్వరూపాయ  
అప వర్ణ ప్రదాయ  
ఆర్త శరణ్యాయ  
ఏకాకినే  
భగవతే  
సృష్టి స్థిత్యంత కారణే

40

50

60

గుణాత్మనే  
గుణిభృతే  
బృహతే  
బ్రహ్మణే  
ఐశ్వర్యదాయ  
శర్వాయ  
హరిదశ్వాయ  
శౌరయే  
దశదిక్ సంప్రకాశాయ  
భక్త వశ్యాయ  
ఓజస్కరాయ  
జయనే  
జగదానంద హేతవే  
జన్మరాహిత్య కారణాయ  
జరాహరాయ  
వ్యాధి నివారకాయ  
ఔన్నత్య దాయినే  
కమనీయ కరాఖ్యాయై  
వల్లభాయై  
అంతర్భూ ప్రకాశాయ  
అచ్యుతాయ  
ఆత్మరూపిణే  
అమరేశాయ  
పరస్మై జ్యోతిషే  
అహస్కరాయ  
రవయే  
హరయే  
పరమాత్మనే  
తరుణాయ  
వరేణ్యాయ

70

80

90



|  |  |  |
|--|--|--|
| గ్రహాణాం పతయే<br>భాస్కరాయ<br>ఆదిమద్యాంత రహితాయ<br>సౌఖ్య ప్రదాయ<br>సకలారిష్ట నాశనాయ<br>జగతానాం పతయే | తుర్యాయ<br>కవయే నారాయణాయ<br>పరేశాయ<br>తేజోరూపాయ 100<br>హిరణ్య గర్భాయ<br>ప్రీతిం సంపర్కాయ | ఐం ఇష్టార్థదాయ<br>సుప్రసన్నాయ<br>భక్తకోటి సౌఖ్య ప్రదాయ<br>నిఖిలాగమ వేద్యాయ<br>నిత్యానందాయ<br>అంశుమతే 108 |
|--|--|--|

శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీసవిత్ సూర్యనారాయణ స్వామినే నమః. అష్టోత్తర శతనామార్చనం సమర్పయామి

### 11) ధూఫం :

ఓం హ్రౌం ద్విషంతం మహ్యం రంధయన్ హ్రౌం ఓం “అర్కాయ నమః”

### 12) దీపం :

ఓం హ్రాః మో 2హం ద్విషతే రథం హ్రాః ఓం “భాస్కరాయ నమః”

### 13) నైవేద్యం :

ఓం హ్రోం ప్రీం హ్రూం హ్రైం ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహాః ఆరోహ న్నుత్తరాం  
 దివం హృద్రోగం మమసూర్య హరిమాణంచ నాశయ హ్రోం ప్రీం హ్రూం  
 హ్రైం ఓం “మిత్ర రవి సూర్య భానుభ్యో నమః” “ఆపోశనం” దత్వా

### 14) తాంబూలం :

ఓం హ్రౌం హ్రాః హ్రోం ప్రీం శుకేషుమే హరిమాణం రోపకాసుద్యుసి అదో  
 హరిద్ర వేషుమే హరిమాణ నిదద్యుసి హ్రౌం హ్రాః హ్రోం ప్రీం ఓం “ఖగ  
 పూష హిరణ్యగర్భ మరీచిభ్యాం నమః”

### 15) నీరాజనం :

ఓం హ్రూం హ్రైం హ్రౌం హ్రాః ఉదగాదయ మాదిత్యో విశ్వేన సహసా సహ  
 ద్విషంతం మహ్యం రంధయన్ మో2హం ద్విషతే రథం హ్రూం హ్రైం  
 హ్రౌం హ్రాః ఓం “ఆదిత్య సవిత్రార్క భాస్కరేభ్యో నమః”

### 16) మంత్రపుష్పం :

ఓం హ్రోం ప్రీం హ్రూం హ్రైం హ్రౌం హ్రాః హ్రోం ప్రీం హ్రూం హ్రైం హ్రౌం  
 హ్రాః ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహాః ఆరోహన్నుత్తరాం దివం హృద్రోగం మమసూర్య  
 హరి మాణంచ నాశయ శుకేషుమే హరిమాణం రోపకా సుదద్యుసి అదో హరిద్ర  
 వేషుమే హరిమాణ నిదద్యుసి ఉదగాదయ మాదిత్యో విశ్వేన సహసా సహ  
 ద్విషంతం మహ్యం రంధయన్ మో2హం ద్విషతే రథం హ్రోం ప్రీం హ్రూం  
 హ్రైం హ్రౌం హ్రాః హ్రోం ప్రీం హ్రూం హ్రైం హ్రౌం హ్రాః ఓం “మిత్ర రవి సూర్య  
 భాను ఖగ పూష హిరణ్యగర్భ మరీచి ఆదిత్య సవిత్ర 2ర్క భాస్కరేభ్యో నమః”



## ప్రదక్షణ :

ఓం యానికానిచ పాపాని జన్మాంతరకృతానిచ  
తాని తాని ప్రణశ్యంతి ప్రదక్షణ పదే పదే  
పాపోహం పాప కర్మాహం పాపాత్మా పాప సంభవః  
త్రాహిమాం కృపయా దేవ శరణాగతవత్సల  
అన్యథా శరణం నాస్తి త్వమేవ శరణం మమ  
తస్మా త్కారుణ్య భావేన రక్షరక్షో దివాకర

## సాష్టాంగ నమస్కారం:

ఉరసా శిరసా దృష్ట్వా మనసా వచసా తథా  
పద్భ్యాం కరభ్యాం కర్ణాభ్యాం ప్రణమోష్టాంగ ముచ్ఛ్యతే

## అపరాధ స్తోత్రం :

అపరాధ సహస్రాణి క్రియంతే హర్షిశం మయా  
దాసోహం ఇతి మాం రక్ష రక్షో మహేశ్వరీ ॥  
ఆయుర్దేహి యశోదేహి శ్రియం సౌఖ్యంచ దేహిమే  
పుత్రాన్ పౌత్రాన్ ప్రపౌత్రాంశ్చ దేహిమే దివాకర: ॥

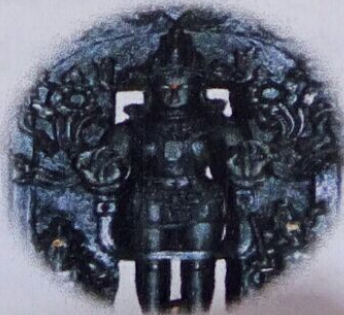
యదత్రపారే జగదంబికే మయా విసర్గ బింద్వక్షర హీన మీరితం ।  
తదస్తు సంపూర్ణతమం ప్రసాదతః సంకల్ప సిద్ధిశ్చ సదైవ జాయతాం ॥

అపరాధ నమస్కారాన్ సమర్పయామి

చత్రమాచ్ఛాదయామి చామరం వీచయామి నృత్యం దర్శయామి  
వాద్యం ఘోషయామి సమస్త రాజోపచార, భక్తోపచార, శక్తోపచారాన్ సమర్పయామి

## పూజాసమర్పణం :

అనయా ధ్యానావాహనాది షోడశోపచార పూజాంచ భగవాన్ సర్వాత్మకః  
శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ సూర్యనారాయణ స్వామి దేవతా సుప్రీత  
సుప్రసన్నా వరదో భవతు యథా శక్తి **“ఆదిత్య మూలమంత్ర”** జపం కుర్యాత్ ॥





## ప్రార్థనా ప్రసన్నార్ఘ్యములు

పునః ప్రాణానాయమ్య ఆచమ్య .....దేశ కాలౌ సంకీర్త్య... మమ ఉపాత్త  
దురిత క్షయ ద్వారా శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవిత్త సూర్యనారాయణ  
స్వామి ప్రీత్యర్థం తిల తండుల యువ దూర్వా కుశ కుసుమాక్షత "తామ్ర పాత్రేణ"  
సూర్య నమస్కారాంగ ప్రార్థనా ప్రసన్నార్ఘ్య ప్రదానానిచ కరిష్యే॥

❖ (ప్రతి మంత్రమునకు చివర "శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవిత్త సూర్యనారాయణ  
స్వామినే నమః ప్రార్థనా ప్రసన్నార్ఘ్యం సమర్పయామి " చేర్చి చెప్పవలెను)

- 1) భానో భాస్కర మార్తాండ చండ రశ్మి దివాకరః  
ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్యం శ్రీయం పుత్రాంశ్చ దేహిమే॥
- 2) జగన్నేత్ర జగన్నాథ జగత్కారణ అవ్యయం  
తమోహర నమస్తుభ్యం గృహాణార్ఘ్యం నమోస్తుతే ॥
- 3) ఘృణిః సూరియ ఆదిత్యోన ప్రభావా త్యక్షరం మధుక్షరంతి తద్రసం  
సత్యంవై తద్రస మాపో జ్యోతి రసోమృతం బ్రహ్మ భూర్భు వస్సువరోం ॥
- 4) హంసః శుచిష ద్వసు రంతరిక్ష సద్గోతా వేదిష దతిథిర్దు రోణసత్  
నృషద్వ రసదృత సద్యోమ సదబ్జా గోజా ఋతజా అద్రిజా ఋతం బృహత్ ॥
- 5) సూర్యోదేవీ ముషసం రోచమానాం మర్యోనయోషా మభ్యేతి పశ్చాత్  
యత్రానరో దేవయంతో యుగాని వితన్వతే ప్రతి భద్రాయ భద్రమ్॥
- 6) ఆసత్యేన రజసా వర్తమానో నివేశయ న్నమృతం మర్త్యంచ  
హిరణ్యేన సవితా రథేన దేవోయాతి భువనాని విపశ్యన్ ।
- 7) భద్రం కర్ణేభిః శుణుయామ దేవాః। భద్రం పశ్యేమాక్షభి ర్యజత్రాః।  
స్థిరైరంగై స్తుష్టువాగ్ం సస్తనూభిః। వ్యశేమ దేవహితం యదాయుః।  
స్వస్తి న ఇంద్రో వృద్ధ శ్రవాః। స్వస్తి నః పూషా విశ్వ వేదాః।  
స్వస్తి న స్తార్ష్యో అరిష్ట నేమిః। స్వస్తి నో బృహస్పతి ర్ధదాతు॥
- 8) అగ్నిమీశే పురోహితం యజ్ఞస్య దేవ మృత్విజం  
హోతారం రత్న ధాతమం ।



9) ఇషేత్వో ర్జేత్వా వాయవస్తో పాయవస్త దేవోవ: సవితా ప్రార్పయతు, తమాయ కర్మణ ఆప్యాయ ద్వమఘ్నియా దేవభాగ మూర్జస్వతీ: పయస్వతి ప్రజావతి రనమీవా అయక్షా మావవసే ఈశత మాఘశగ్ం సో రుద్రస్య హేతి: పరివో వృణక్తు ద్రవా అశ్మిన్ గోపతౌ స్యాతబహ్వీర్య జమానస్య పశు: సాహి

10) అగ్న ఆయాహి వీతయే ఘృణాను హవ్య దాతయే నిహోతా స్వస్తి బర్హిషి

11) శన్నోదేవీ రభిష్టయా అపోభవంతు పీతయే శంయోరభి శ్రవంతున:।

12) ఏహి సూర్య సహస్రాంసో తేజోరాసో జగత్పతే అనుకంప్యయ మాం భక్త్యా గృహాన్వర్యం నమోస్తుతే।

ఏభిర్ మయాకృతై: ప్రసన్నార్ఘ్య ప్రధానై: భగవాన్ సర్వాత్మక: శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ సూర్యనారాయణ స్వామి దేవతా సుప్రీతా సుప్రసన్నా వరదో భవతు। తత: “ శ్రీ సౌరాష్ట్రాక్షరీ ” మహా మంత్ర జపం జపిత్యా తద్యదా।

### శ్రీ సౌరాష్ట్రాక్షరీ

అస్యశ్రీ సౌరాష్ట్రాక్షరీ మహామంత్రస్య , దేవ భార్గవ ఋషి:, గాయత్రీ చృంద:, శ్రీఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ సూర్యనారాయణో దేవతా, ఓం బీజం, హ్రీం శక్తి:, ఆదిత్య కీలకం శ్రీఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ శ్రీ సూర్యనారాయణ ప్రసాద స్థిత్యర్థే జపే వినియోగ:

|         |                            |                   |                        |
|---------|----------------------------|-------------------|------------------------|
| ఓం హ్రం | సత్య తేజోజ్వల జ్వాలామాలినే | అంగుష్ఠాభ్యాం నమ: | హృదయాయనమ:              |
| హ్రీం   | బ్రహ్మ                     | ”                 | తర్జనీభ్యాం నమ:        |
| హ్రూం   | విష్ణు                     | ”                 | మధ్యమాభ్యాం నమ:        |
| హ్రౌం   | రుద్ర                      | ”                 | అనామికాభ్యాం నమ:       |
| హ్రౌం   | అగ్ని                      | ”                 | కనిష్ఠకాభ్యాం నమ:      |
| హ్రా:   | సర్వ                       | ”                 | కరతలకర పృష్ఠాభ్యాం నమ: |

భూర్భువస్సువరోమితిదిగ్బంధ:

### ధ్యానం:

రక్తాబ్జ యుగ్మా భయ ధాన హస్తం - కేయూర హారం గద కుండలాద్యం  
మాణిక్య మౌళం దిన నాథ మీలే - బందూక కాంతిం విలస త్రినేత్రం ॥



ధ్యాయే స్వదా సవిత్య మండల మధ్యవర్తి - నారాయణ సరసిజాసన సన్నివిష్టః  
కేయూరవాన్ మకర కుండలవాన్ కిరీటీ - హరీ హిరణ్మయ వపుర్భృత శంఖ చక్రః

లమిత్యాది పంచ పూజాం కుర్యాత్, పంచముద్రాం ప్రదర్శ్య

**మూలం:** ఓం హ్రీం ఘృణిః సూ ర్య ఆదిత్య శ్రీం (108 సార్లు)

**గాయత్రి:** ఓం భాస్కరాయ విద్మహే, మహద్భ్యుతి కరాయ ధీమహి,  
తన్నో ఆదిత్యః ప్రచోదయాత్ (10 సార్లు)

**జప సమర్పణ :** గుహ్యతి గుహ్య గోప్రీత్యం గృహాణా స్మత్కృతం జపం

సిద్ధి ర్భవతు దేవ త్వత్ ప్రసాదాన్ మహేశ్వర ॥

అనేనమయా కృతేన శ్రీ సౌరాష్ట్రాక్షరీ మహామంత్ర జపేన భగవాన్ సర్వాత్మకః  
శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవిత్య సూర్యనారాయణ స్వామి దేవతా  
సుప్రీత సుప్రసన్నా వరదో భవతు

**జప క్రమః**

జపారంభేతు హృదయం జప మధ్యేతు పంజరం।

జపాంతే కవచం ప్రోక్తం మాల స్తోత్రమితి క్రమాత్॥

**ఆదిత్య హృదయం**

తతో యుద్ధ పరిశ్రాంతం సమరే చింతయా స్థితం।  
రావణం చాగ్రతో దృష్ట్వా యుద్ధాయ సముప స్థితమ్॥ 1

దైవతైశ్చ సమాగమ్య ద్రష్టు మభ్యాగతో రణమ్।  
ఉపాగమ్యా 2బ్రవీ ద్రామ మగస్త్యో భగవాన్ ఋషిః॥ 2  
అగస్త్యో ఉవాచ ।

రామ రామ మహాబాహో శృణు గుహ్యం సనాతనమ్।  
యేన సర్వా నరీన్ వత్స సమరే విజయి స్యసి॥ 3

ఆదిత్య హృదయం పుణ్యం సర్వ శత్రు వినాశనం।  
జయావహం జపేన్నిత్యం 2క్షయం పరమం శుభమ్॥ 4

సర్వ మంగళ మాంగళ్యం సర్వపాప ప్రణాశనం।  
చింతాశోక ప్రశమన మాయుర్ వర్ధన ముత్తమం॥ 5



- రశ్మిమంతం సముద్యతం దేవాసుర నమస్సుతం।  
పూజయస్వ వివస్వంతం భాస్కరం భువనేశ్వరం॥ 6
- సర్వ దేవాత్మకో హ్యేష తేజస్వీ రశ్మి భావనః।  
ఏష దేవాసుర గణాన్ లోకాన్ పాతి గభస్తిభిః॥ 7
- ఏచ బ్రహ్మ చ విష్ణుశ్చ శివ స్కందః ప్రజాపతిః।  
మహేంద్రో ధనధః కాలో యమః సోమో హ్యపాంపతిః॥ 8
- పితరో వసవః సాధ్యా హ్యశ్వినౌ మరుతో మనుః।  
వాయుర్ వహ్నిః ప్రజా ప్రాణా ఋతుకర్తా ప్రభాకరః॥ 9
- ఆదిత్యః సవితా సూర్యః ఖగః పూషా గభస్తిమాన్।  
సువర్ణ సదృశో భానః స్వర్ణరేతా దివాకరః॥ 10
- హరిదశ్వః సహస్రార్చిః సప్తసప్తి ర్మీరీచమాన్।  
తమిరో నృధనః శంభు స్త్వష్టా మార్తాండ అంశుమాన్॥ 11
- హిరణ్య గర్భః శిశిర స్తపనో భాస్కరో రవిః।  
అగ్నిగర్భో దితేః పుత్రః శంఖః శిశిర నాశనః ॥ 12
- వ్యోమనాథ స్తమోభేదీ ఋగ్యజుః సామ పారగః।  
ఘనవృష్టి రపాంమిత్రో వింధ్య వీధీ ప్లవంగమః॥ 13
- ఆతపీ మండలీ మృత్యుః పింగళః సర్వ తాపనః।  
రవిద్విశ్వో మహాతేజా రక్తః సర్వ భవోద్భవః॥ 14
- నక్షత్ర గ్రహ తారణా మధిపో విశ్వ భావనః।  
తేజసా మపి తేజస్వీ ద్వాదశాత్మన్ నమోస్తుతే॥ 15
- నమః పూర్వాయ గిరయే పశ్చిమా యాద్రయే నమః।  
జ్యోతిర్ గణానాం పతయే దినాధిపతయే నమః ॥ 16
- జయాయ జయ భద్రాయ హర్యశ్వాయ నమోనమః।  
నమో నమః సహస్రాంశో ఆదిత్యాయ నమో నమః॥ 17
- నమ ఉగ్రాయ వీరాయ సారంగాయ నమో నమః।  
నమః పద్మ ప్రబోధాయ మర్తాండాయ నమో నమః॥ 18
- బ్రహ్మేశానా 2చ్యు తేశాయ సూర్యాయ 2దిత్య వర్చసే।  
భాస్వతే సర్వభక్షాయ రౌద్రాయ వపుషే నమః॥ 19



## త్రిచ ప్రయుక్త సూర్య నమస్కారములు

ఆదిత్యోవా ఏష ఏతన్మండలం తపతి తత్రతా ఋచ స్తదృచా మండలగ్ం  
సఋచాం లోకో ధయ ఏష ఏతస్మిన్ మండలే చిదీప్యతే తాని సామాని ససామ్నాం లోకో  
ధయ ఏష ఏతస్మిన్ మండలే 2చి పురుషస్తాని యజాగ్ంషి సయజుషా మండలగ్ం  
సయజుషాం లోకః సైషా త్రయేవ విద్యా తపతి య ఏషోంత రాదిత్యే హిరణ్మయః పురుషః॥

ఓం ఆదిత్యోవై తేజ ఓజోబలం యశశ్చక్షు శ్రోత్ర మాత్మా మనోమన్య మన్నర్  
మృత్యుః సత్యో మిత్రో వాయు రాకాశః ప్రాణోలోక పాలః కఃకిం తత్సత్య మన్న మమృతో  
జీవో విశ్వః కతమస్యః స్వయమ్బు బ్రహ్మై తదమృత ఏష పురుష ఏష భూతానా మదిపతి  
బ్రహ్మణః సాయుజ్యగ్ం సలోక తామాప్నోత్యేతా సామేవ దేవతా నాగ్ం సాయుజ్యగ్ం  
సాష్టిర్తాగ్ం సమాన లోకతామాప్నోతి య ఏవం వేదాత్యుపనిషత్ ।

ఓం ఘృణిస్సూర్య ఆదిత్యేన ప్రభావాత్యక్షరం మధుక్షరంతి తద్రసమ్ సత్య వై  
తద్రసమాపో జ్యోతి రసోమృతం బ్రహ్మ భూర్భువస్సు వరో॥

❀ (ప్రతి మంత్రమునకు చివర “ శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సౌంజ్ఞా సమేత శ్రీసవిత్ సూర్యనారాయణ  
స్వామినే నమః ప్రదక్షణ పూర్వక శిరః సాష్టాంగ నమస్కారం సమర్పయామి ” చేర్చి చెప్పవలెను)

- 1) ఓం భూర్భువస్సువః ఓం హ్రోం ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహః హ్రోం ఓం  
“ మిత్రాయ నమః ”
- 2) ఓం భూర్భువస్సువః ఓం హ్రీం ఆరోహ స్తుతరాం దివం హ్రీం ఓం  
“ రవయే నమః ”
- 3) ఓం భూర్భువస్సువః ఓం హ్రూం హృద్రోగం మమసూర్య హ్రూం ఓం  
“ సూర్యాయ నమః ”
- 4) ఓం భూర్భువస్సువః ఓం హ్రైం హరిమానంచ నాశయ హ్రైం ఓం “  
భానవే నమః”
- 5) ఓం భూర్భువస్సువః ఓం హ్రౌం శుకేషుమే హరిమాణం హ్రౌం ఓం  
“ ఖగాయ నమః ”
- 6) ఓం భూర్భువస్సువః ఓం హ్రాః రోపణాకా సుదద్యసి హ్రాః ఓం  
“ పూష్టే నమః ”
- 7) ఓం భూర్భువస్సువః ఓం హ్రోం అదో హరిద్ర వేషుమే హ్రోం ఓం  
“ హిరణ్య గర్భాయ నమః ”



- 8) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రీం హరిమానం నిదద్యసి హ్రీం ఓం “  
మరీచియే నమ:”
- 9) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రూం ఉదగాదయ మాదిత్యో హ్రూం ఓం  
“ఆదిత్యాయ నమ:”
- 10) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రౌం విశ్వేన సహసా సహ హ్రౌం ఓం  
“సవిత్రే నమ:”
- 11) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రౌం ద్విషంతం మహ్యం రంధయన్ హ్రౌం  
ఓం “అర్కాయ నమ:”
- 12) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్ర: మో 2హం ద్విషతే రథం హ్ర: ఓం  
“భాస్కరాయ నమ:”
- 13) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రోం హ్రీం ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహ: ఆరోహ  
న్నుత్తరాం దివం హ్రీం హ్రోం ఓం “మిత్ర రవిభ్యాం నమ:”
- 14) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రూం హ్రౌం హృద్రోగం మమసూర్య హరి  
మాణంచ నాశయ హ్రౌం హ్రూం ఓం “సూర్య భానుభ్యాం నమ:”
- 15) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రౌం హ్ర: శుకేషుమే హరిమాణం రోపకాసు  
దద్యసి హ్ర: హ్రౌం ఓం “ఖగ పూషాభ్యాం నమ:”
- 16) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రోం హ్రీం అదో హరిద్ర వేషుమే హరిమాణ  
నిదద్యసి హ్రీం హ్రోం ఓం హిరణ్యగర్భ మరీచేయే నమ:”
- 17) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రూం హ్రౌం ఉదగాదయ మాదిత్యో విశ్వేన  
సహసా సహ హ్రౌం హ్రూం ఓం “ఆదిత్య సవిత్రాభ్యాం నమ:”
- 18) ఓం భూర్భువస్సువ: హ్రౌం హ్ర: ద్విషంతం మహ్యం రంధయన్ మో  
2హం ద్విషతే రథం హ్ర: హ్రౌం ఓం “అర్క భాస్కరేభ్యో నమ:”
- 19) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రోం హ్రీం హ్రూం హ్రౌం ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహ:  
ఆరోహ న్నుత్తరాం దివం హృద్రోగం మమసూర్య హరిమాణంచ నాశయ  
హ్రౌం హ్రూం హ్రీం హ్రోం ఓం “మిత్ర రవి సూర్య భానుభ్యో నమ:”





- 20) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రోం హ్రా: హ్రీం హ్రీం శుకేషుమే హరిమాణం  
రోపకాసుద్యసి, అదో హరిద్ర వేషుమే హరిమాణ నిదద్యసి హ్రీం హ్రోం  
హ్రా: హ్రోం ఓం “ఖగ పూష హిరణ్యగర్భ మరీచిభ్యాం నమ:”
- 21) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రూం హ్రైం హ్రౌం హ్రా: ఉదగాదయ మాదిత్యో  
విశ్వేన సహసా సహా ద్విషంతం మహ్యం రంధయన్ మో2హం  
ద్విషతే రథం హ్రా: హ్రౌం హ్రైం హ్రూం ఓం “ఆదిత్య సవిత్రార్క  
భాస్కరేభ్యో నమ:”
- 22) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రీం హ్రీం హ్రూం హ్రైం హ్రౌం హ్రా: ఉద్యన్నద్య  
మిత్ర మహా: ఆరోహ న్నుత్తరాం దివం హృద్రోగం మమసూర్య హరి  
మాణంచ నాశయ । శుకేషుమే హరిమాణం రోపకాసుద్యసి హ్రా: హ్రౌం  
హ్రైం హ్రూం హ్రీం హ్రీం ఓం “మిత్ర రవి సూర్య భాను ఖగ పూషభ్యో నమ:”
- 23) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రీం హ్రీం హ్రూం హ్రైం హ్రౌం హ్రా: అదో  
హరిద్ర వేషుమే హరిమాణ నిదద్యసి, ఉదగాదయ మాదిత్యో విశ్వేన  
సహసా సహా ద్విషంతం మహ్యం రంధయన్ మో2హం ద్విషతే రథం  
హ్రా: హ్రౌం హ్రైం హ్రూం హ్రీం హ్రీం ఓం హిరణ్యగర్భ మరీచి ఆదిత్య  
సవిత్ర 2ర్క భాస్కరేభ్యో నమ:”
- 24) ఓం భూర్భువస్సువ: ఓం హ్రీం హ్రీం హ్రూం హ్రైం హ్రౌం హ్రా: హ్రీం హ్రీం  
హ్రూం హ్రైం హ్రౌం హ్రా: ఉద్యన్నద్య మిత్ర మహా: ఆరోహన్నుత్తరాం  
దివం హృద్రోగం మమసూర్య హరి మాణంచ నాశయ । శుకేషుమే  
హరిమాణం రోపకా సుదద్యసి, అదో హరిద్ర వేషుమే హరిమాణ  
నిదద్యసి ఉదగాదయ మాదిత్యో విశ్వేన సహసా సహా ద్విషంతం  
మహ్యం రంధయన్ మో2హం ద్విషతే రథం  
హ్రా: హ్రౌం హ్రైం హ్రూం హ్రీం హ్రీం, హ్రా: హ్రౌం హ్రైం హ్రూం హ్రీం  
హ్రీం ఓం “మిత్ర రవి సూర్య భాను ఖగ పూష హిరణ్యగర్భ మరీచి  
ఆదిత్య సవిత్ర 2ర్క భాస్కరేభ్యో నమ:”

అనేన త్రిచ ప్రయుక్త చతుర్వింశతి సూర్య నమస్కారేణ భగవాన్ సర్వ దేవాత్మక:  
శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ సూర్యనారాయణ స్వామి దేవతా  
సుప్రీత: సుప్రసన్నా వరదో భవతు





తత: "మహాసౌర అరుణపారాయణ" పూర్వక సూర్యనమస్కారానిచ కరిష్యే॥  
నమస్కారాంత్యేన త్రిచ పూర్వక చతుర్వింశతి అర్ఘ్యాని దత్వా

తత: "పున: పూజాం" కృత్వా । తథ్యదా ।

|    |       |              |    |       |              |           |
|----|-------|--------------|----|-------|--------------|-----------|
| ఓం | హ్రం  | ఆవాహయామి     | ఓం | హ్రైం | ఆభరణం        | సమర్పయామి |
| "  | ప్రీం | ఆసనం         | "  | ప్రౌం | పుష్పం       | "         |
| "  | హ్రూం | పాద్యం       | "  |       |              |           |
| "  | హ్రైం | అర్ఘ్యం      | "  |       |              |           |
| "  | ప్రౌం | ఆచమనీయం      | "  | హ్రా: | ధూపం         | "         |
| "  | హ్రా: | స్నానం       | "  | హ్రం  | దీపం         | "         |
| "  | హ్రం  | వస్త్రయుగ్మం | "  | ప్రీం | నైవేద్యం     | "         |
| "  | ప్రీం | యజ్ఞోపవీతం   | "  | హ్రూం | తాంబూలం      | "         |
| "  | హ్రూం | చందనం        | "  | హ్రైం | నీరాజనం      | "         |
|    |       |              | "  | ప్రౌం | మంత్ర పుష్పం | "         |

ఓం హ్రం ప్రీం హ్రూం హ్రైం ప్రౌం హ్రా: "సర్వోపచారాన్" నమస్కారాన్ సమర్పయామి॥  
అనేన మయాకృతేన ఆదిత్య పురాణోక్త కల్పోక్త ప్రకారేణ పాదార్థర్చ ఋక్తిచేనైకా  
వృత్త్యా షోడపచారా పూజనేన, ప్రసన్నార్ఘ్య ప్రధాన మూల మంత్ర జప ప్రదక్షణ  
నమస్కార, చతుర్వింశత్యర్ఘ్య ప్రదాతృలం యత్కృతం యదుక్తం తత్సర్వం  
శ్రీ ఉషా పద్మిని ఛాయా సమేత శ్రీ సవితృ సూర్యనారాయణ స్వామి దేవతార్పణమస్తు

### మార్జన మంత్రం:

ఓం సహోవాచ మాభైషిర్గౌతమా జితో వైతేలోక ఇతి,  
తస్మాద్వేకచ సావిత్రం విధు: సర్వేతే జితలోకాః॥  
సయో హవై సావిత్రస్యా ష్టక్షరంపదగ్గ్ శ్రియాభిషిక్తం వేద,  
శ్రియాహై వాభిషిచ్యతే ఘృణి రితి ద్వే అక్షరే । సూర్య ఇతి త్రీణి,  
ఆదిత్య ఇతి త్రీణి, ఏతద్వై సావిత్ర: స్వాష్టక్షరం,  
పదగ్గ్ శ్రియాభిషిక్తమ్ । య ఏవం వేద శ్రి యాహైవాభిషిచ్యతే

### తీర్థ మంత్రం:

భానో భాస్కర మూర్తాండ చండ రశ్మి దివాకర:  
ఆరోగ్య మాయుర్వీజయం శ్రియం పుత్రాంశ్చ దేహిమే॥  
అకాల మృత్యు హరణం సర్వవ్యాధి నివారణం సమస్త పాపక్షయ కరం॥  
శ్రీ సూర్యనారాయణస్వామి పాదోదకం పావనం శుభగ్ం శుభం